



古人特别重视谦虚美德的培养，并认为这是自然而然的事情，是君子的本分。《尚书》中讲：“惟德动天，无远弗届。满招损，谦受益，时乃天道。”所谓“天道”，指的实际上是天地之间，世间万物的自然规律。那么这些规律是什么呢？

处柔守慈

月满则亏，月亏则满，这是大自然的规律。古人由此悟出：过分的要受到制裁，而不足的要受到补益，这

就是老子所说的“损有余而补不足”的规律。所以智者都教导人要谦卑退让、舍财不贪。老子把这个规律运用得淋漓尽致。他提出“我有三宝：一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先”，并把处柔守慈作为自己的处世原则。这都是从观察自然规律提出的为人处世的道理。

“地道变盈而流谦”，改变盈满的是充实谦虚的。例如，同样在大地上注水，水自然流向潮湿、低洼的地方。再如“海纳百川，有容乃大”。大海能容纳百川，就在于它谦卑处下。在《老子》中也说，“上善若水”。水善于利益万物，为万物带来好处，但是却从来没有从万物那里要求回报；真正是与人无争，与世无求。而且水最重要的特点就是“水善利万物而不争，处众人之所恶”，一般人都是喜欢高高在上，但是水却不同，它处在众人所不愿意处的、所厌恶的卑下的地方，“故几于道”，所以它和道就相近了。因为，道在低处，一个人只有谦卑处下，才能够与道相应。

《尚书》中说：“能自得师者王，谓人莫己若者亡。”能够得圣贤为师的君主可以称王天下，而自以为是的人则没有前途。因为对贤德之士以尊师之礼来恭敬，就是把贤人尊奉为师，说明自己有谦虚的态度。这些贤人愿意指正他的过失，协助他处理朝政，所以才使他能够建立王道政治。反之，认为别人都不如自己的人就会灭亡，其原因就是自高自大。

“满招损”，首先是使自己的德行受到损害。“大学之道，在明明德”，人一旦傲慢，就不能够明明德，这是最大的损失；其次，一旦人骄傲，就会轻视他人，从而与人产生对立，让人心里不舒服，别人因此就会找他的麻烦，也使自己做事受到阻碍；最后，因为自满而产生漫不经心的态度，还会招致失败，做事不能顺利圆满。

骄兵必败

“骄兵必败”的典故出自《国语》：在周襄王二十四年，秦国带领军队去攻打郑国。当秦军经过周天子所管辖的京畿北门时，恰好被王孙满看到。于是他对周襄王说，秦国的军队一定会打败仗，并会受到上天的惩罚。周天子一听，惊讶地问，你怎么看到秦国的军队路过，就能够断言他们一定会打败仗？王孙满说，因为他们经过周天子所在的地方，是应该要行礼的，这叫尊重天子。可是他们的军队经过的时候，只是把头盔摘下来

了，却没有脱下身上的甲。走了几步路之后，就马上又跳上了车。而且有300辆战车的士兵都是这样以应付的态度来行礼的，可见军队中大部分士兵对周天子都很傲慢。

王孙满接着说，秦国的军队轻狂又骄傲。一旦轻狂，就觉得自己很了不起，就不会深谋远虑，做好万全准备。而且一旦轻狂就不会慎重，傲慢则会无礼。无礼，做什么事都会随随便便。因为整个军队既不慎重，又随随便便，可是又要去打仗。打仗的时候要进入很危险的地方，以这样的态度去应战，绝对必败无疑。

王孙满观察入微，而且因为熟读圣贤书，能够见微知著。果然秦国去攻打郑国没有打成，军队回来，到了晋国的边界时，被晋国打得落花流水，三位大将都被捉走。这就是“满招损”的实例。这个故事提醒人要时时反思自己的一言一行、一举一动，是谦虚还是骄傲，带给自己的是吉还是凶、是福还是祸。

满而不溢

在《孔子家语》中记载，孔子在瞻仰鲁桓公的庙时，看到庙中有一个轂器，即一个很容易倾斜易覆的器皿。孔子就向守庙的人问，这是什么器具？守庙的人回答说：这可能就是叫作“宥坐”的器物了。孔子说：我听说过“宥坐”这种器具有一个特点，里面空的时候就倾斜，装水适中时就端正，装满水时就倾覆了。贤明的君主以此来警戒自己，所以放置在座位旁边，叫“宥坐”。他回头对学生们说，我们试着往里面装水看一看。结果他们把水灌进器皿，达到容器一半的时候，这个容器就直立起来；当器皿装满了水，容器就倾倒了。孔子看了之后，感叹地说，万物之中，哪一个东西是满而不覆的呢？

中国古人有很多观人的方法。观察一个人有没有德行，一个重要的方面就是看他是否谦虚。如果一个人功成名就之后，不能自谦尊人，反而傲慢无礼、自视甚高，那么他的事业就会很快败落。《孝经》中讲：“在上不骄，高而不危；制节谨度，满而不溢。高而不危，所以长守贵也。满而不溢，所以长守富也。”说的就是这个道理。

有所思

鉴真于武则天垂拱四年（688年）出生在扬州的一个中层家庭，俗姓淳于。唐朝的扬州是中外交流的重镇，佛教十分盛行，中外僧人云集，佛寺多达三四十所。鉴真的家庭充满着浓厚的佛教氛围，他的父亲是一位虔诚修行的居士，经常到大云寺参禅拜佛，并在智满禅师处受戒。在社会环境和家庭环境的双重影响下，幼年的鉴真对佛教产生了浓厚的兴趣。武则天长安元年（701年），年仅14岁的鉴真征得父亲的同意，在大云寺剃度出家，拜智满禅师为师，获得法号鉴真，成为一名小沙弥。

北游

中宗神龙元年（705年），道岸律师路经扬州大云寺时，见到了鉴真，并对他留下了深刻的印象。不久，鉴真只身前往光州（今河南光山县）大苏山拜访道岸律师。道岸律师觉得鉴真勤奋好学且德行高尚，便为他授戒。中宗景龙元年（707年），道岸律师接到朝廷诏书，前往都城长安弘扬律法，鉴真跟随北上，在东京洛阳和西京长安学习戒律。

鉴真先在洛阳度过了一年光景。当时的洛阳，名刹林立，高僧云集，佛教研究十分兴盛，鉴真在这里游览了中国第一座佛寺白马寺，观摩了龙门石窟卢舍那大佛石像，真正开始接触和感受到佛教。鉴真来到长安后，经道岸律师推荐，拜另一位德高望重的弘景律师为师，并受具足戒。鉴真在名师的影响下，对佛学的造诣很深，尤其精通戒律。

长安是唐朝的政治、经济、文化中心。在长安学习期间，鉴真无论在见闻上，还是在学业上，都有很大的收益。鉴真在长安深受唐朝开放、包容的文化氛围影响，他不拘泥于门派之见，融合各家长处，遍访高僧，聆听融济、义威、大亮、远智、金修、等律宗高僧讲律；他博览群书，勤学

张仲景的医者仁心

□ 刘加平



张仲景的《伤寒论》

张仲景与华佗、董奉并称为“建安三神医”。华佗擅长外科，精于手术。张仲景则擅长伤寒，主攻瘟疫。张仲景成为一代名医，与他所处的时代和境况息息相关。

东汉末年，时局极为动荡，百姓流离失所，更为严重的是瘟疫肆虐。据史书记载，东汉桓帝时大疫三次，灵帝时大疫五次，献帝建安年间疫病流行更甚。成千累万的人被病魔吞噬，以致造成了十室九空的空前劫难。张仲景所在的南阳地区也接连发生瘟疫。

张仲景自幼就对瘟疫流行给黎民百姓造成的痛苦感同身受，他年轻时即树立了学医治病救人的理想。10岁的张仲景便拜同郡医生张伯祖为师，研习医术。张伯祖当时是一位有名的医家，经他治疗过的病人，十有八九都能痊愈。张仲景跟他学医非常用心，无论是外出诊病、抄方抓药，还是上山采药、回家炮制，从不怕苦怕累。张伯祖也非常喜欢这个学生，把自己毕生行医积累的丰富经验，毫无保留地传给他。时光荏苒，岁月流逝，张仲景终成一代名医。

然而，张仲景很快经历了人生的一个重大转折。东汉末年，张仲景被朝廷指派为长沙太守。他本来无心为官的，因父亲在朝为官，而承袭家门，他在灵帝时期被州郡举为孝廉，进入官场。同时，他作为医者，继续发挥自己的特长，为民造福。

据《国语》中记载，晋平公有病，秦伯派一名医生去看望他。赵文子问：“能医治国家吗？”医生回答：“上医医国，其次医人，医国本来就是医生的职责。”“郎中”本也是个官名，朝廷中的郎中要知晓五府六部的事务，而医生要知道人体内五脏六腑的状况，所以医生也被称为郎中。

不为良相即为良医。对于医生和太守的张仲景而言，如何给普通百姓看病，成为当务之急。

原来在封建时代，官民有别，等级森严，太守进入民宅看病不甚方便。可是不接触百姓，就不能为他们治疗。于是张仲景想了一个办法，择定每月初一和十五两天，大开衙门，不问政事，让有病的百姓进来，他端端正正地坐在大堂上，挨个地仔细为群众诊治。时间久了便形成了惯例，后来人们就把坐在药铺里给人看病的医生，通称为“坐堂医生”。

虽然张仲景的医术非常高超，但面对突如其来的瘟疫，他也有些力不从心。于是他开始深入研读医书。在这些医书中，他仿佛看到了希望：当无名瘟疫暴发，一个个医者临危受命——这个“受命”不一定来自皇帝或是官家，更多的是他们内心的召唤。他们挑起药担，带着弟子，深入疫区。在那些村镇，他们立灶架锅，熬药施救。民众们端碗喝药，医者观其效果，不断改进配方，由此留下很多因时因地配制的不同药方。这些更激起张仲景的医者仁心，于是他开始琢磨如何整理这些药方，让更多的人对症下药，按方子抓药。

其中《素问》对他的影响最大。《素问》以人与自然统一

观、阴阳学说、五行说、脏腑经络学为主线，其论述集医理、医论、医方于一体。《素问》认为热病，皆可归类于伤寒。张仲景根据自己的实践对这个理论作了发展。他认为伤寒是一切热病的总名称，也就是一切因为外感而引起的疾病，都可以叫作“伤寒”。张仲景还对前人留下来的“辨证论治”的治病原则认真地加以研究，从而提出了“六经论伤寒”的新见解。经过几十年的钻研，张仲景收集了大量资料，包括他个人在临床实践中的经验，写出了《伤寒杂病论》十六卷。

《伤寒杂病论》是集秦汉以来医药理论之大成，并广泛应用于医疗实践的专书，是我国医学史上影响最大的古典医著之一，也是我国第一部临床治疗学方面的巨著。随着时间的推移，这部专著的科学价值越来越显露出来，成为后世从医者人人必读的重要医籍。

悬壶济世，医者仁心。张仲景的医学理论对中国古代医学的发展和黎民百姓的健康作出了巨大的贡献，后人敬仰其医术和医德，称他为“医圣”。

鉴真的艰难东渡“路”

□ 章 林

东征传卷(局部)

鉴真之所以决心东渡日本，除了普度众生的佛法思想和荣叡、普照的邀请之外，生活环境也是一个重要的影响因素。鉴真成长在国力强盛、文化繁荣的时代，当时朝野上下都具有很强的自信和较宽阔的胸襟，他们通过官员、商人、学者、僧侣等，积极与世界各国进行友好交流。如此开放的外交政策和频繁的对外交流，无疑影响了鉴真，同时也让他在无形中意识到与外国人友好交往并传播文化的重要性，进而做出6次东渡日本的壮举。

东渡

当时由于沿海一带经常有海盗出没，朝廷严禁民间私自造船渡海，所以鉴真同荣叡、普照以及同行弟子的东渡准备只能秘密进行。玄宗天宝二年（743年）春，当造好船只，备好粮食和经典、佛像等各种物品，正待起航时，不料祸起萧墙。事情的大致缘由是，道航提出如海学问不够、德行不高，不适合一同去日本弘扬佛法；如海听了道航的话后恼怒不已，便到衙门诬告道航等人造船出海、与海盗勾结。结果，道航、荣叡、普照

等均被拘禁，所造船只也被没收，首次东渡计划就此搁置，同时也由此揭开了东渡磨难的序幕。

事情的原委后来被查清，被捕的僧人都得以获释。荣叡和普照获释后并不甘心，于是再度拜见鉴真，希望他仍能率众弟子东渡。鉴真佩服二人的意志，安慰二人，并着手第二次东渡的准备。经过4个月的周密准备后，鉴真等人从扬州举帆起航。当船只由扬州东下，航行至长江口附近时，突然遭到恶风巨浪的袭击，船体触礁破损，物品被波浪卷走，众人只能被迫蹚过淹至腰部的潮水登岸。时值隆冬，天寒风急，大家饥寒交迫。第二次东渡又以失败告终。

两次失败并没有动摇鉴真东渡的信念，他继续修理船只，于一个月后第三次起航东渡。这次航行数日后，遭遇大风浪，无法航行，只好抛锚，停靠在海湾。经过一个多月的等待，风力变小，于是再度扬帆起航。不幸的是，航行数日后，船体触礁，满船的经卷、佛像、药材和粮食等散落海底，许多人因此失去了性命。活着的人则困守荒岛，最后被附近的渔民发现并禀告官府。后来，官府派船营救鉴真一行人上岸后，将他们安排在阿育王寺。第三次东渡失败。

鉴真在阿育王寺住下来之后，附近寺院的僧人闻讯而来，纷纷恳请他去讲宣律学，设坛授戒。鉴真于是带领弟子们周游各寺，并乘此机会四处化缘，为第四次东渡筹集资金、置办物品。由于江浙一带不便出海，鉴真便南下，从福州出发。然而，由于众信徒十分担忧鉴真东渡可能会危及他的性命，以及由此给律宗在江淮一带

的弘法带来巨大损失，因此，灵佑会同扬州各大寺院的三纲（即三个主持佛寺的僧职上座、寺主、维那），联合向官府申诉，请官府出面阻拦。最终，鉴真一行被官府半途截回扬州。官府因害怕鉴真再次东渡，索性将他软禁起来。至此，第四次东渡失败。

一晃3年过去了，官府渐渐放松了对鉴真的监视。荣叡、普照又和鉴真相会，商议第五次东渡。这次东渡在东海上来回折腾了很长时间，耗费了不少积存物资，尤其是淡水用尽，每天只能以少许生米充饥。在经过14天的漂流之后，船只抵达海南岛的南端。逗留海南岛期间，鉴真依然四处讲宣律学，登坛授戒。然而，荣叡和祥彦因辛苦跋涉、劳累过度，相继圆寂。荣叡始终在为推动鉴真东渡作不懈努力；祥彦最早支持且始终追随鉴真东渡。他们的去世对鉴真来说是一次沉重的打击。另一个打击是，鉴真自己也因长期受暑热，身患眼疾，最终导致双目失明。

转眼间，距离第一次东渡已经过去11年。鉴真此时虽已年近古稀且双目失明，但依然没有放弃东渡的初衷。这一次，鉴真跟随以藤原清河为大使、以吉备真备为副使的遣唐使船东渡。一同随行的还有在中国生活了30多年的阿倍仲麻吕（晁衡）。这次的航行一开始比较顺利，但中途风暴突起，船只在翻江倒海的怒涛中上下颠簸。藤原清河和阿倍仲麻吕所乘的第一船不幸漂流到了安南（今越南），历经艰难后又回到长安。鉴真所乘第二船幸运地漂流到了日本九州南部的鹿儿岛。由此，鉴真实现了东渡日本的宿愿，在日本传授戒律、弘扬佛法、传播文化，对日本的宗教和文化事业发展产生了积极深远的影响。

人物志